



## Jak koncipovat a vést preventivní lekci

Myšlenkovým východiskem pro plánování preventivních aktivit je využití „KAB“ modelu - orientace nikoliv pouze na úroveň **informací**, ale především na kvalitu **postojů** a změnu **chování**.

K naplnění tohoto cíle napomohou tři základní zásady:

- **interaktivita** – zapojení žáků do činnosti. Užitečná zásada: Co mohou říci a udělat žáci, ať to udělají. Když učitel chce třídě sdělit informaci, může se na ni předtím zeptat žáků a pak jejich sdělení jen doplnit, je-li třeba. Takový postup podporuje aktivitu žáků i vzájemné naslouchání.
- **propojenost se životem žáků** - vycházet z jejich zkušeností a znalostí.
- **Provázející způsob vedení** - učitel je v roli moderátora, poskytuje prostor pro diskuzi, vyjádření vlastního názoru žáků, sdílení. Usměrnjuje diskuzi, dává hranice, předkládá argumenty a ověřené informace.

Vytváření nebo ovlivňování postojů žáků jde **pozitivní cestou – nezastrašovat**, ale ukazovat možnosti „správné cesty“ pokud možno tak, že si na ně žáci přišli sami prostřednictvím aktivit, zážitků a jejich reflexe.

Formy rizikového chování lze zjednodušeně chápat jako náhražkové uspokojování lidských potřeb. Vždy v sobě nesou něco silného, pro daného jedince atraktivního, zejména v počáteční etapě rizikového chování. Destruktivní účinky se začínají projevovat až později. Chceme-li ovlivnit postoje žáků, pak nesmíme opomíjet tento fakt a hovořit o všech tématech **objektivně - posuzovat vždy pozitiva i negativa**.

U tématu „Bezpečně online“ je tento princip evidentní - internet nám přináší do života mnoho pozitivního.

Základní koncepci preventivních lekcí, která nabízí žákům možnost otevřené diskuze, ale zároveň se drží cíle prevence, vyjadřují 4 základní otázky:

- **Co nám to dává?**
- **Co nám to bere?**
- **Co to s lidmi/ s námi dělá?**
- **Jaké to má důsledky?**

Základní **formou práce** jsou **aktivity a jejich reflexe**. Dobře uplatnitelné jsou metody kritického myšlení – práce s textem, s příběhem, psaní, čtení, kreslení, diskuze. Prožitek umožňují herní aktivity a techniky. Pestrost různých druhů činnosti (myšlení, řeč, pohyb, hraní rolí, pantomima, výtvarné činnosti, muzikální, atd.) je prospěšná, ale vždy musí být smysluplně zapadat do kontextu programu a být prostředkem, ne cílem.

Výhodné je sezení na židličkách v kruhu, kdy platí pravidla pro **komunitní kruh**: právo hovořit, právo nemluvit (každý sám zváží a rozhodne, jaké informace o sobě chce sdělovat před skupinou), vzájemný respekt a úcta, diskrétnost – nevynášet informace o konkrétních lidech.

Při přípravě lekce je třeba vzít v úvahu dva základní aspekty – vytvoření podmínek pro úspěšnou realizaci lekce - bezpečné prostředí a pak edukační cíl.

### Bezpečné prostředí

1. Rámování v úvodu – žáci předem vědí, co mohou očekávat:

**Organizační a komunikační pravidla**, časový harmonogram, formy práce, sdělení cíle.

Osvědčená pravidla:

- mluví jen jeden.
- nasloucháme si.
- neublížit - neurazit, nikoho nejmenovat, hovořit o věcech a jevech, ne o konkrétních lidech (zajistit bezpečí, předejít upozorňování na nedostatky jednotlivců, neshazovat nikoho před třídou).
- zdvižená ruka lektora znamená: zastav, buď tiše, dávej pozor – žáci reagují také zdvižením ruky a ztišením, lektor vždy počká, až jsou tišší a koncentrovaní všichni, pak sděluje instrukci. Zásada je nemluvit do hlučícího davu a nekřičet. Osvědčuje se vždy poděkovat za ztišení, ocenit, když se žáci pravidlem řídí.

Pravidla jsou napsaná na tabuli a v průběhu programu se na ně lze odkázat vždy, když je třeba.

2. Volba technik podle posloupnosti: **sám - dvojice – menší skupiny - všichni společně** respektuje pocity jednotlivců ve skupině, postupné osmělování, poznávání.

3. Volba aktivit podle stadia vývoje skupiny. Skupina se vyvíjí a sžívá postupně. Proces tvorby skupiny probíhá ve fázích:

1. navázání kontaktu
2. seznámení
3. komunikace
4. spolupráce
5. důvěra
6. sebezpoznání
7. sdílení hodnot

Při výběru aktivit pro preventivní program musíme vycházet ze znalosti skupiny a respektovat její fázi vývoje, například nebudeme do programu v nově utvořené třídě vkládat aktivity s blízkým tělesným kontaktem nebo různé „zkoušky důvěry“. Při jednorázovém vstupu do třídy je bezpečné držet se aktivit pro první čtyři fáze: navázání kontaktu, seznámení, komunikace, spolupráce.

#### 4. LEDOLAMKY

Jsou jednoduché aktivity, většinou spojené s pohybem, nejdou do hloubky. Zařazují se většinou v úvodu činnosti nebo v průběhu k odreagování a oddechu. Cílem je pobavit se a navázat kontakt. Je dobré i tyto aktivity motivačně propojit s tématem. Např. v programu Bezpečně on-line plní funkci ledolamky kresba vizitky, úvodní představení každého v kruhu a sdělení, jaký přístroj používáme k přístupu na internet.

## Struktura lekce z pohledu efektivity – splnění výukového cíle: EVOKACE – UVĚDOMĚNÍ – REFLEXE

Evokace: navození tématu, naladění na něj, vybavení vědomostí, zkušeností a jejich sdílení. Otázky, které žáky k tématu napadají (co víme a co bychom se chtěli dovědět).

Evokace poskytne učiteli představu o úrovni znalostí žáků a jejich postojů, detekuje jejich potřeby, které pak učitel zohlední při dalším vedení programu – na co se více zaměřit, co zdůraznit nebo naopak vynechat. Respektuje tím zásadu přiměřenosti - aby preventivní lekce nebyla pro žáky nezáživným opakováním nebo se naopak nestala předčasným návodem. Metodami vhodnými pro evokační fázi je např. breinstorming, nebo formulace konkrétní otázky na lístek papíru a předání učiteli.

Uvědomění - konkrétní aktivity, při kterých poznáváme, zkoušíme, tvoříme, spolupracujeme, hledáme odpovědi na otázky, diskutujeme, hrajeme hru...

Reflexe: zamyšlení a vyjádření

1. k tématu - co jsme se naučili, zapamatovali si, jaké k tomu máme stanovisko, co můžeme využít v dalším životě...
2. k průběhu programu – jak jsme se cítili, co nám vyhovovalo, co by mělo být jinak...

### Realizace konkrétní aktivity

- Jasná, stručná instrukce
- Průběh
- **Reflexe**

### REFLEXE

Dává smysl aktivitám. Učíme se před druhými mluvit o sobě, o svých pocitech, myšlenkách. Při plánování musíme **počítat s časem** na reflexi – může být delší než samotná aktivita. Reflektujeme aktuální témata, přímou zkušenost. Podporujeme k diskusi, ale respektujeme rozhodnutí jednotlivce nemluvit. Respektujeme možnost odlišného názoru. **I neúspěch je výsledek, se kterým se dá dále pracovat.** Věnujeme pozornost problémům, projevům nesouhlasu, které nepopíráme, ale hovoříme o nich. Ptáme se, proč se to či ono nepovedlo, jak by to mělo být jinak, co lze udělat příště.... V reakci můžeme dát zpětnou vazbu – jak to vidím já, sdělit svůj názor, argument. S kritikou opatrně. Pokud kritika, tak konstruktivní, zaměřená věcně. **Nikdy ne kritika osobnosti!!!** Nediskutujeme o vážných problémech jednotlivců (ochrana soukromí). Neudílíme rady. **Orientujeme se na budoucnost, přenos zkušenosti ze hry do života**

### Příklady otázek pro reflexi:

- Jak hodnotíte hru?
- Čeho jste si všimli?
- Co se vám podařilo?
- Pracovali jste společně jako skupina?
- Udělali jste něco, na co můžete být hrdí?

- Zažili jste pocit strachu?
- Pomohl vám někdo překonat překážku?
- Proč si myslíte, že byla hra zařazena?
- Co jste se o sobě dověděli?
- Co jste se dověděli o druhých?
- Jak hodnotíte podporu a spolupráci ve skupině?
- Co byste udělali jinak, kdybyste hru hráli znovu?
- Můžete získané zkušenosti využít někde jinde?

### **Na co si dát pozor**

- Soutěže rozhodně nerealizovat - nevnášet uměle do skupiny konkurenční vztahy.
- Věnujte pozornost i detailům – příprava pomůcek, organizace v čase a prostoru, sdělení instrukce si promyslet a zformulovat předem – nejasně formulovaná instrukce nebo otázka může posunout průběh a pochopení aktivity.
- Ujasněte si své vlastní postoje, názory, argumenty – buďte připraveni na diskuzi.
- Komunikace: nehodnoťte nikoho, nekritizujte, vyhýbejte se nálepkování a škatulkování.
- Nespojujte odmítavý postoj k rizikovému chování s odmítáním člověka a s negativním hodnocením jeho osobnosti.
- Nepopírejte a nevyvracejte názor nebo postoj, ale sdělujte svůj názor a dávejte zpětnou vazbu (např. „ každý má právo říct svůj názor, ale s tím, co říkáš, jako pedagog nemohu souhlasit a musím tě upozornit na to, že chování, o kterém mluvíš, překračuje pravidla školního řádu, zákona...).
- V rámci všeobecné prevence neřešit osobní problémy jednotlivců před celou třídou. Vystane-li nějaký takový problém, pak vyzvěte dotyčného k individuální schůzce a řešte situaci mezi čtyřma očima

Zpracovala: Mgr. Irena Oršulíková

V Přerově 17. prosince 2017